L'arte dell'*Ascolto*

a cura di Giuseppe Bonfanti

Egidia Ferrari, Counsellor professionale.
La sua figura professionale si occupa di offrire relazioni di aiuto a chi, trovandosi in situazione di momentaneo disagio (non psicopatologico), cerca soluzioni generative per attraversare in modo creativo il suo problema.
Altro suo ambito di impegno è la formazione, che la vede collaborare con la diocesi di Bergamo per brevi interventi nell'ambito della formazione del Clero, e l'accompagnamento spirituale personale, che ha come obiettivo la crescita della persona dal punto di vista cristiano, crescita nell'Amore e nella pienezza di una vita aperta agli altri.

EGIDIA, QUALI SONO I PUNTI DI INCONTRO E LE DIFFERENZE TRA COUNSELING E ACCOMPAGNAMENTO SPIRITUALE?

Ci sono 4 parole che possono descrivere il Counseling e che troviamo anche nell'accompagnamento spirituale: Accoglienza, Empatia, Congruenza e Ascolto. Per **Accoglienza** si intende accogliere la persona e la situazione così come sono, senza giudicare. **Empatia** è il sentire l'altro come quando ci si siede a fianco e si guarda insieme dalla stessa finestra immedesimandosi in ciò che sta vedendo e sentendo l'altro. La **Congruenza** indica la semplicità e autenticità del counselor, che entra nella relazione in modo autentico come persona, e non solo come professionista che applica delle tecniche. Infine l'**Ascolto dell'altro**, che deve essere competente e profondo e che comporta attenzione a ciò che la persona racconta e a come lo racconta. Avviene che la persona, mentre parla, percepisce le sue parole passare attraverso l'ascolto profondo del counselor e rimbalzare in sé come una esperienza di chiarificazione. Sente di essere compreso. Così, l'ascolto profondo è sempre in divenire e sorprendente.
Se obiettivo del counseling è offrire una relazione di aiuto professionale a persone che si trovano in situazioni di momentaneo disagio, obiettivo dell'accompagnamento spirituale è aiutare nella crescita spirituale, che consiste nell'a-

PERCHÉ CI VUOLE ORECCHIO

pertura allo Spirito. La vita spirituale implica nascita, movimento, crescita, ma anche difficoltà e rischio di blocchi. Obiettivo dell'accompagnamento spirituale è aiutare la persona ad aprirsi a quel seme di Vita che è presente nel suo cuore e che, se coltivato, porta la sua vita a fiorire e a diventare dono.

COSA FAI QUANDO INCONTRI SITUAZIONI CON SOFFERENZE PIÙ PROFONDE?

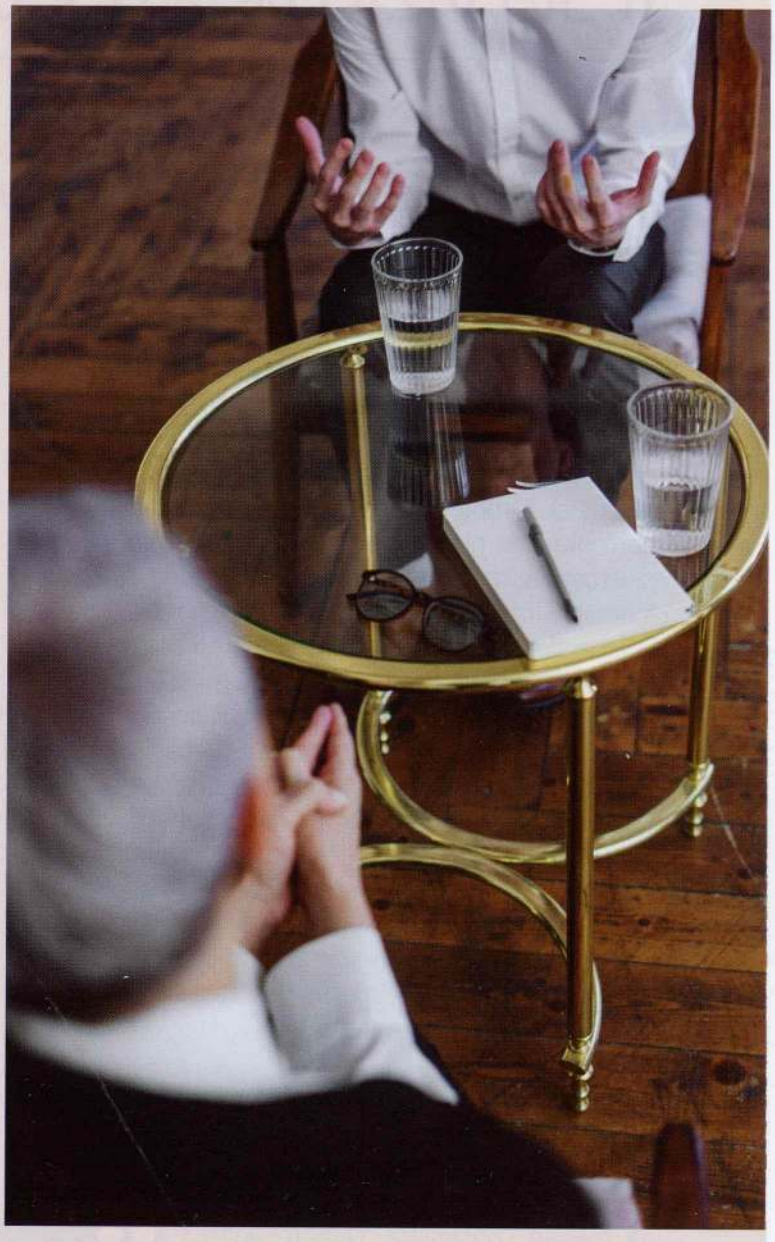
Se vi sono segnali che indicano sofferenze più profonde che necessitano di psicoterapia invio la persona a chi ha competenze specifiche per accompagnarla. È sempre importante lavorare in rete. Così come è fondamentale la supervisione per chi si occupa di aiutare gli altri, anche per l'accompagnamento spirituale.
Però la crescita spirituale non coincide con la perfetta armonia o benessere psicologico anche se molte volte le due cose tendono a incontrarsi. Il più delle volte infatti avviene che la crescita spirituale porti all'unificazione della persona, alla riconciliazione con la sua storia, all'armonia e integrazione tra pensieri, emozioni, decisioni, affettività, spirito, corpo. Ma questa unificazione e armonia non sono mai né perfette né complete e non sono nemmeno il fine della crescita spirituale: il fine è il dono di sé agli altri.

COME SI OTTIENE UN CERTIFICATO PROFESSIONALE DI "ACCOMPAGNAMENTO SPIRITUALE"?

La cultura del counseling sta crescendo. Esistono anche scuole di counseling spirituale come per esempio la Scuola di Alta Formazione Milan Insight School oppure la scuola dei Camilliani e tante altre. Sono scuole conosciute anche nell'ambito ecclesiale e, in un certo senso, si richiamano alle storiche scuole di formazione delle guide spirituali.

TI È MAI CAPITATO DI CONSIGLIARE UN PRETE?

Non userei la parola "consigliare". La parola consiglio o consulenza evocano l'idea che ci sia una persona esperta in un determinato campo che consiglia ad un'altra cosa deve fare, nel counseling non si consiglia la persona, ma la si accompagna, attraverso un ascolto attivo, con la piena fiducia che lei stessa possa trovare dentro di sé la risposta alle sue domande.
Quanto ai sacerdoti, si, mi è capitato di accompagnarli. Il passo sempre difficile da fare, per i preti e non solo per loro, è fermarsi, riconoscere di avere bisogno e chiedere aiuto. Poi però chi inizia il cammino trova il gusto della cura della vita interiore e dell'ascolto. È Dietrich Bonhoeffer che dice «**Il primo servizio che si deve al prossimo è quello di ascoltarlo**». Nelle nostre Comunità c'è tanto bisogno di ascoltare e di essere ascoltati, di donarci questo reciproco ascolto profondo.



Ci sono preti che si stanno formando a questa pratica dell'ascolto, ma anche tanti operatori in ambiti di relazioni educative e socio-sanitarie perché queste abilità di counseling molto spesso vengono giocate all'interno di altre professioni.

COME TI ORIENTI CON IL LINGUAGGIO COMUNICATIVO-ESPRESSIVO (E MAGARI INGANNEVOLE) DEGLI ESSERI UMANI CHE CHIEDONO IL TUO AIUTO?

Presto attenzione e ascolto, non solo con le orecchie, anche con gli occhi e il cuore, tenendo sempre presente che l'altro che mi sta davanti è un mistero mai completamente raggiungibile. Ci vuole molta delicatezza, attenzione e tatto per passare accanto sfiorando il mistero dell'altro. È necessaria la delicatezza di compiere insieme a lui i passi necessari per avvicinarsi al suo nucleo più profondo, e questo va oltre le parole.

VOCE DI SERIATE

Mensile della Comunità Parrocchiale di Seriate
gennaio 2023 | Anno LXVII

Perché ci vuole orecchio!

«Maria, seduta ai piedi del Signore, ascoltava la sua parola» (Lc 10,39)